



GreenCare
FINLAND



XV Valtakunnalliset Green Care -päivät 2025

Espoo, Hotelli Nuuksio 12.-13.9.2025

Perinteikkäät valtakunnalliset Green Care -päivät järjestetään 12.-13.9.2025 Uudellamaalla Espoossa. Kokoontumispaikkana on **Hotelli Nuuksio** (Naruportintie 68) Nuuksion kansallispuiston kupeessa.

Green Care -päivien pääteemana on **Luonto polkuna hyvinvointiin**. Seminaarissa ja työpajoissa teemaa käsitellään muun muassa stressinhallinnan ja palautumisen, luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämisen sekä palvelujen laadun ja asiakaslähtöisyyden näkökulmista.

Seminaarin yhteyteen on mahdollisuus varata ständitorilta oma esittelypiste. Seminaaripäivää täydentää yhteinen illanvietto. Seuraavana päivänä tapahtuman teemojen käsittelyä jatketaan pääosin ulkona järjestettävissä toiminnallisissa työpajoissa.

Green Care -päivät järjestää Green Care Finland ry yhteistyössä Etelä-Suomen toimijoiden kanssa. Tapahtuman valmisteluun ovat osallistuneet myös Helsingin yliopisto Ruralia-instituutti ja Suomen luontoyrittäjyysverkosto ry.

Tapahtumaan tulee ilmoittautua 29.8.2025 mennessä. Työpajaryhmät täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Ohjelmamuutokset ovat mahdollisia. Linkki ohjelmaan ja ilmoittautumiseen: <https://www.gcfinland.fi/GCpaivat2025>

Tapahtuman hintatiedot löytyvät ilmoittautumislomakkeesta. Osallistumismaksuun ei sisälly majoitusta. Osallistujat vastaavat itse majoitusjärjestelyistä ja -kustannuksista.

Majoitusvaraukset tehdään majoituskoodilla hotellin majoitussivuilta löytyvästä verkkokaupasta. Lisää tietoa majoituksesta hintoineen ja koodeineen nettisivuilla:

<https://www.gcfinland.fi/GCpaivat2025>

Hotelli Nuuksioon ei ole julkista yhteyttä perille asti. Lähimmältä bussipysäkiltä (pysäkki Naruportti) on matkaa hotellille noin 2 km. Espoon asemalta reitillä kulkee bussi 244, mutta yhteys on tarkistettava HSL:n Reittioppaasta syksyn aikataulujen julkaisun jälkeen.

Valmistelemme yhteiskuljetusta Helsingin keskustasta / bussipysäkiltä, ilmoittautumisen yhteydessä voit kertoa kuljetustarpeestasi.

Lisätiedot tapahtumasta: Juha Rutanen, puh. 040 5737 568, juha.rutanen@aitoluonto.fi



GreenCare
FINLAND



MAASEUTUPOLITIikka
LANDSBYGDSPOLITIK

Ohjelma perjantaina 12.9.2025, kokoustila Kelohonka

- 9.00 Ilmoittautuminen
- 10.00 Green Care -päivien avaus, Green Care Finland ry ja Etelä-Suomen aluejaosto

Teema 1: Luonto stressinhallinnan ja hyvinvoinnin lähteenä

- 10.10 Elvyttääkö luonnontilainen vai hoidettu metsä paremmin?
Jenni Simkin, Luonnonvarakeskus
- 10.40 Hengähdä luonnossa – Kehollisia oivalluksia palautumiseen
Emilie Bollström, Yhteyspaja
- 11.10 Terapeuttinen luonnontieto voimavarana
Adela Pajunen, Luonnontie
- 11.35 Sammaloituneen mielen oireyhtymä
Juho Jäppinen, Meijän metsät
- 12.00–13.15 Lounas ja tutustuminen ständeihin

Teema 2: Ratkaisuja luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntämiseen

- 13.15 Planetaarisen hyvinvoinnin vinkkikortit liikuntaneuvonnassa: käytännön työ ja tutkimus
Helena Kämäräinen, Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry ja **Maija Lipponen**, Luonnonvarakeskus / Itä-Suomen yliopisto
- 13.45 Luonnon hyvinvointivaikutusten hyödyntäminen Itä-Uudenmaan hyvinvointialueella
Anni Poltinora-Salonen, Itä-Uudenmaan hyvinvointialue
- 14.10 Luonto osana kuntien nuorisopalveluita
Martta Ylilauri, Vaasan yliopisto ja **Sanna Vinblad**, Lapin ammattikorkeakoulu
- 14.35 Luontoterveysohjelma
Marja Järvenpää, Sitra
- 14.50–15.20 Iltapäiväkahvit ja tutustuminen ständeihin

Teema 3: Luontoavusteisten palvelujen laatu ja asiakaslähtöisyys

- 15.20 Osallisuus ja yksilölliset tarpeet mielenterveystoipujien vihreän hoivan palveluissa
Sami Torkkel, Lilinkotisäätiö
- 15.35 Tavoitteellisen luontolähtöisen toiminnan tukeminen sote-järjestöissä
Minna Malin ja **Minna Juvalainen**, Vihreä Veräjä, Sininauhaliitto



GreenCare
FINLAND



- 15.50 Luontolähtöinen toiminta Rinnekodissa
Hanna Piiparinen ja Riikka Koskela, Rinnekodit Vehka
- 16.05 Laatu ei synny sattumalta – Green Care -toiminnan kehittäminen – nostoja
laatulautakuntatyöstä
Sanna Peltola, Jyväskylän ammattikorkeakoulu
- 16.30 Seminaarin päättäminen
- 17.00–19.00 Päivällinen hotellin pääravintolan Nuuksion Tuvan buffetpöydästä
- 20.00–22.00 Rantasaunat lämpiminä

Ohjelma lauantaina 13.9.2025, toiminnallinen ulkotapahtuma hotellin nurmikentillä ja lähimetsissä

klo 8.00–10.00 Buffet-aamiainen majoittujille

klo 12.00–13.00 Lähiruokalounas pääravintolan Nuuksion Tuvan buffetpöydästä

Iltapäiväkahvit ulkona sis. termoskahvi, tee ja päivän pulla

Ammatilliset työpajat klo 9.00–16.00 (rinnakkaistoteutuksena)

Herätä luovuutesi luonnossa – Kehollinen runotyöpaja (45 min)

Vetäjänä Emilie Bollström, Yhteyspaja

Luontoyhteys luontoterapiassa - kokemuksellisuutta ja keskustelua yhdessä (90 min)

Vetäjänä Satu Haapanen, Sosionomi YMAK.opiskelija, luontoterapeutti, sertifioitu (SLY), tanssi- ja liiketerapeutti. Suomen luontoterapiayhdistys. Ryhmän koko on max 12.

Itsemyötätuntoa luonnosta (90 min). Ryhmän koko on max 15.

Vetäjänä Jane-Veera Paakkolanvaara, Psykologipalvelu Verso

GCC 1: Luontosuhteen vahvistaminen ja resilienssi - sukellus luontoideoihin, jotka tukevat ammattitaitoa ja itsetuntemusta tuoden voimaa ja rohkeutta hyödyntää luonnon

hyvinvointivaikutuksia asiakastyössä syvemmin. Ryhmän koko on max 20. (90 min)

Vetäjinä Eeva Kahilaniemi, Voimatassu Oy ja Pauliina Hautala, Latvarelli / Green Care Creativity, <https://www.greencarecreativity.fi/>

GCC 2: Luonnossa luovemmin - monipuolisten luontomenetelmien potentiaali käytännön asiakastyössä. Ryhmän koko on max 20. (90 min)

Vetäjinä Eeva Kahilaniemi, Voimatassu Oy ja Pauliina Hautala, Latvarelli / Green Care Creativity, <https://www.greencarecreativity.fi/>

Planetaarisen hyvinvoinnin vinkkikortit: Käydään läpi käytön kokemuksia ja vinkkejä sekä ideoitaan yhdessä vinkkikorttien sovellusmahdollisuuksia. Ryhmän koko on max 15. (90 min).



GreenCare
FINLAND



Vetäjänä Helena Kämäräinen, Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Laatulautakunnan työpaja: Käydään läpi Green Care -palvelujen laadun perusperiaatteita toiminnallisesti luontolähtöisillä menetelmillä.

Vetäjinä Kirsi Salonen, Psykologipalvelut Hyvän MielenTila ja Sanna Peltola, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Palvelumuotoilun avulla parempi asiakaskokemus. Käymme case-esimerkin kautta läpi, miten luodaan laadukas asiakaspolku pääsääntöisesti fyysiseen kohteeseen. Mitä asioita tulee huomioida ja missä usein menee pieleen, kun asiakas saapuu uuteen paikkaan, jossa palvelu tuotetaan (esim. mökkikylä, hevostalli, luontopolku). Pohditaan yhdessä, miten osallistujien omassa paikassa voidaan helposti parantaa asiakaskokemusta. Osallistujamäärä on max 20. Työpaja on sisätiloissa.

Vetäjinä Merja Pyhälä ja Tero Pajunen, Hyvinvointikylä Oy

Luonnon terveysvaikutusten arviointi. Kiinnostaako sinua, mihin perustuvat luonnon ja eläinten terveysvaikutukset, mutta et ole löytänyt hyviä tapoja vaikutusten tunnistamiseen? Tule keskustelemaan, miten viemme tutkimusala eteenpäin (autonominen hermosto, kehollisuus, traumatietoisuus, psyykinen turva ym.). Ryhmäkoko: kaikille kiinnostuneille. Kesto: 60 min. Vetäjinä Anja Yli-Viikari ja Marja Uusitalo.

Metsämieli - luontohetkistä mielentaitoja. Metsämieli- kävelyllä rennot hyvinvointiharjoitukset rytmittävät ryhmärupatteluja. Osallistujamäärä on max 16. Kesto 90 min. Vetäjänä Sirpa Arvonen, Metsämieli- menetelmän kehittäjä.

Deep Earth Coaching. Deep Earth Coaching (www.deep-earth.net) on ohjattu kasvuprosessi, joka yhdistää tietoisien ja rationaalisen työskentelyn syvätason tiedostamattomaan, ei-rationaaliseen ja kokemukselliseen ulottuvuuteen. Coaching-prosessissa hyödynnetään animistisia, kehollisia ja luovia menetelmiä siltana tiedostamattomaan ja luontoyhteyteen. Tässä työpajassa osallistujat pääsevät kokemaan omakohtaisesti Deep Earth -menetelmiä, joiden kehittäjä on erikoispsykologi, psykoterapeutti ja ekoterapeutti. Menetelmät yhdistävät syvyyspsykologian, neurotieteellisen ymmärryksen, ekopsykologian ja animistisen maailmankuvan ihmisen ja luonnon erottamattomaksi yhteydeksi. Työskentelyn tavoitteena on vahvistaa osallistujan suhdetta Luontoon, symbolikieleen, omaan sisäiseen kokemukseen sekä syväymmärrykseen itsestä ja ympäristöstä. Työpaja sopii kaikille, jotka ovat kiinnostuneita syvätason työskentelystä, ja joilla on kiinnostusta ja avoimuutta myös ei-rationaaliselle ja kokemukselliselle. Osallistujamäärä on max 16. Kesto 90 min. Työpajan ohjaajana toimii Nina Pyykkönen, erikoispsykologi PsL, yksilö- ja ryhmäpsykoterapeutti, jungilainen coach ACC (ICF), työnohjaaja, ekoterapeutti, joogaopettaja ja qigong-ohjaaja

Varaamme oikeuden ohjelmamuutoksiin ja -täydennyksiin.